

# L'art de s'accueillir avec bienveillance

---

Association L'Art de la Paix - 13 décembre 2020 9h30-18h00

Souvent, il nous est plus facile d'accueillir nos qualités que nos difficultés. Pourtant, si paradoxal que cela puisse paraître, c'est en nous accueillant dans nos limites, c'est en nous acceptant tel que nous sommes, sur le moment présent, que nous pouvons développer véritablement l'amour de soi et enclencher à partir de là un processus de changement.

Oubli de soi, culpabilité, tristesse, colère... comment embrasser ces états pour les transformer ? Nous verrons également l'importance de s'auto-célébrer.

Atelier expérientiel et en petit groupe.

80€ la journée

55€ minima sociaux



LA FONTAINE DE L'AUBE - 11 Chemin de Lauris 84160 CADENET  
[www.lepetitprince.asso.fr/fontaine-de-aube](http://www.lepetitprince.asso.fr/fontaine-de-aube)



**Fanny Ruiz** : Musicienne dans une « première vie », j'ai exercé divers métiers : composition, jeu, enseignement, co-fondation et direction d'une école de musique associative, projets en établissements scolaires, voyages sonores...

Ce qui m'a le plus animé pendant ces 12 années de ce métier-passion : la **transmission**. **Accompagner, soutenir**, voir **se déployer** et prendre confiance en eux les élèves, au-delà de l'apprentissage de leur instrument, a toujours été source de grande joie.

Aujourd'hui, je souhaite aller plus loin en accompagnant des personnes dans l'**apaisement** de leurs difficultés, le **développement de leur potentiel**, le **déploiement de leur Être**.

- Formée à la Communication Non Violente (**CNV**), processus de **communication consciente** qui place au coeur de sa pratique la considération des **besoins** de chacun et ayant pour piliers : la **responsabilité, l'authenticité, l'empathie**.
- En formation à l'**Approche Centrée sur la Personne (ACP)** pour devenir psychothérapeute. Approche humaniste qui considère que l'**empathie**, la **considération positive inconditionnelle**, la **congruence** permettent de créer un climat propice pour vivre des relations de qualité.
- Je fais partie de l'Association Astrée : **j'accompagne** des personnes souffrant de solitude en **entretiens individuels** à travers l'écoute, l'ACP.
- J'interviens en collège pour des **sensibilisations** et **formations des élèves** à l'**écoute** et à la **qualité relationnelle**.

**Infos et inscriptions :**

**06 22 68 26 92 - [lartdelapaix8@gmail.com](mailto:lartdelapaix8@gmail.com)**

**Facebook/Instagram/LinkedIn : l'Art de la Paix**